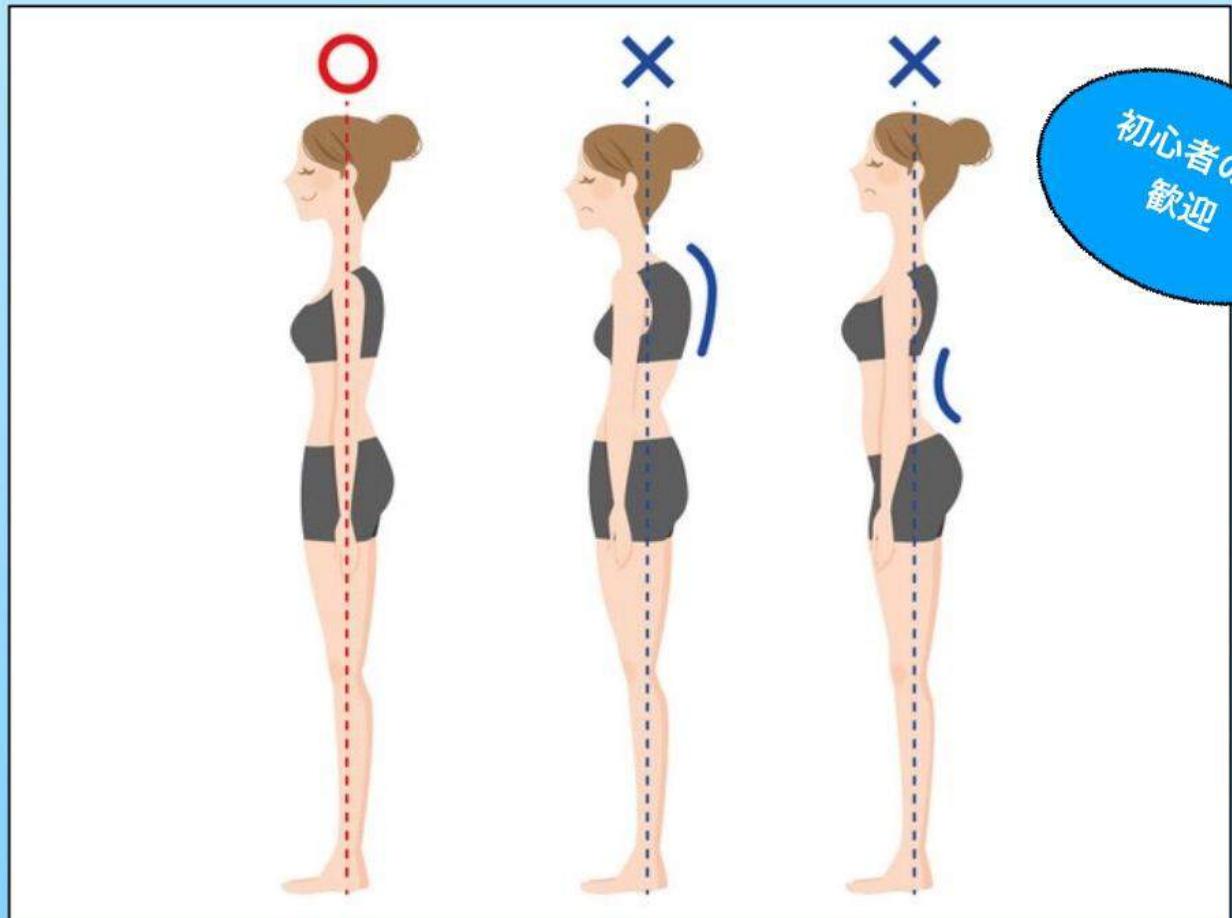


ヨガ 体験レッスン

7月28日(土) 17時～18時 参加費500円



ヨガ（姿勢美人プログラム）

ヨガやストレッチで姿勢美人を目指しましょう。

姿勢が整うだけで、若々しく見えるのはご存知ですか？

そして、姿勢改善で美しさだけでなく健康も！？

猫背、肩こり、ストレートネックなど姿勢の崩れにより

美しさだけでなく、カラダの機能低下も起こります。

簡単なエクササイズで皆さまが健康になるお手伝いをいたします。

*服装：動きやすいもの *持ちもの：タオル 水 *ヨガマットは貸出します



Café Tristan

トリストラン珈琲館

〒664-0887 兵庫県伊丹市南野北5丁目3-24

Tel/Fax 072-777-5050

営業時間 (金土日)Open8時0Close19時
(火水木)Open8時/Close18時



駐車場
11台有

伊丹市
子育て
応援店

